

Zoff macht stark!



Unser Experte

Joachim Armbrust (50) ist Sozialpädagoge, Erziehungsberater und Familientherapeut aus Schwäbisch Hall. Hilfreiche Tipps gibt er in seinem Buch „Streit unter Geschwistern“, Urania, 12,95 Euro.

Klar ist es nervig, wenn Kinder streiten. Doch nur so lernen sie, sich zu behaupten und die Grenzen von Freunden oder Geschwistern zu respektieren.

10 Tipps, wie Eltern ihnen dabei helfen

Kinder streiten anders

● In der einen Sekunde sind Kinder erbitterte Feinde, in der nächsten beste Freunde. Eltern irritiert das oft – auch weil Erwachsene konflikt scheuer sind. „Bei Kindern sind solche Gefühlsschwankungen völlig normal“, sagt Erziehungsberater Joachim Armbrust.

Einmischen verboten

● Häufig geht es beim Streit um ein Auto oder eine Puppe gar nicht um das Spielzeug an sich. Vielmehr klären Kinder auf diesem Weg ihre Beziehungen untereinander: Wer ist der Bestimmer? Wer darf hier was? Wenn Erwachsene den Streit beenden, bleiben diese Fragen ungeklärt. Gut zu wissen: Echte Harmonie entsteht, wenn ein Streit überstanden ist – und nicht, indem man ihn vermeidet.

Wut ist erlaubt

● Geschwister kann man sich nicht aussuchen. Deshalb sind Gefühle von Liebe bis Hass normal. Auch für laute Wut sollte in der Familie Platz sein. Kinder, die keine Angst vor ihren Gefühlen haben, kommen später besser klar. Joachim Armbrust: „Wenn ich meine Wut zulassen darf, löst sie sich viel leichter in Luft auf!“

Zoff aushalten

● „Wir können unsere eigenen Erfahrungen nicht auf die Kinder übertragen“, betont der Erziehungsberater. Dass ein Freund sauer wird, wenn man ihn ärgert, muss jeder selbst erfahren.

So tickst du also!

● „Erwachsene versuchen in der Regel, Reibungen zu vermeiden. Doch gerade in solchen Situationen erfahren Kinder, was ihnen selbst und anderen guttut“, sagt Joachim Armbrust. Im Streit trainieren Mädchen und Jungen wichtige soziale Fähigkeiten. Sie lernen, eigene Grenzen zu ziehen und die der anderen zu respektieren, Gefühle auszudrücken und sich in die Lage eines anderen hineinzusetzen.

Die Schuldfrage

● „Schuldzuweisungen machen es dem Kind beinahe unmöglich, einzulenken“, warnt Joachim Armbrust. Besser ist es, Verständnis zu zeigen. Eltern können zum Beispiel sagen: „Du hast keine andere Möglichkeit gesehen als zu schlagen.“ Dann können sie gemeinsam überlegen, wie das Kind anders hätte reagieren können.

Über Gefühle reden

● Eltern können versuchen, Streit mit den Kindern zu lösen. „Ab drei Jahren sind die meisten Kinder offen für ein Gespräch, wenn sie von den Eltern angeleitet werden“, sagt Joachim Armbrust. Jedes Kind sollte dabei seine Version erzählen dürfen und erfährt so: „Meine Gefühlsäußerungen tragen zur Veränderung bei.“ Und das gibt den Kleinen Selbstvertrauen.

Fäuste sind tabu

● Feste Regeln wie „Nicht schlagen und beißen“ beugen Verletzungen vor. Kommt es trotzdem zu Handgreiflichkeiten, müssen die Streithähne getrennt werden. Finden sie nicht mehr aus ihrer Wut heraus, ist eine räumliche Trennung sinnvoll. „Kleineren Kindern hilft es, wenn Mama sie in den Arm nimmt und festhält, bis sie sich beruhigt haben“, sagt der Experte.

Hilfe zur Selbsthilfe

● „Fragen Sie die Kinder, ob sie sich eine Lösung für ihr Problem vorstellen können, und setzen Sie akzeptable Vorschläge sofort um“, rät der Erziehungsberater. Für kleinere Kinder ist es eine Hilfe, wenn sie ein oder zwei Vorschläge zur Auswahl bekommen.

Das Vorbild der Eltern

● Wer Kindern zeigt, wie Streit fair ablaufen kann, darf hoffen, dass sie diesem Vorbild folgen. Zwei wichtige Punkte: 1. Konflikte gibt es, aber man kann sie lösen. 2. Wegen eines Streits hört die Liebe nicht auf. Lassen Sie Ihre Kinder deshalb die Versöhnung miterleben.

ANGELIKA URBACH



Infos

Erziehungstipps von Eltern:
www.leben-und-erziehen.de